



國立成功大學護理學系系友會

NCKU Nursing Alumni Association

Issue NO.9

安寧照護專刊



成大護理系系友會出版

出版日 2026年6月



nckunursingalumni@gmail.com

發行人 | 李歡芳

總編輯 | 高綺吟

編輯團隊 | 高綺吟、呂香瑩、韓盈芳、劉梨榛
陳祉伶、鄭宇蓁、陳佳筠



目錄

01

理事長引言

02

師長的話

03

系友邀稿

04

活動花絮 & 榮譽榜



七月的臺南，暑氣正盛，而這一期會刊，想以另一種溫度，與各位系友相見。

第九期會刊以「安寧照護」為主題，收錄了多位系友與師長，從臨床、教學、研究到社區，分享她們與生命最幽微時刻相遇的故事。翻閱這些文字時，我一次次被觸動：賴維淑學姊寫下自己在安寧療護路上的體悟，期許「把自己活成一道光」，陪伴受苦之人走過最幽暗的一段路；唐嘉君系友從成大到台北榮總，再到美國約翰霍普金斯與印第安納大學，繞了半個地球，最終在台大安寧緩和病房找到職涯的定位與著力點；林室均系友長年投入兒童安寧緩和療護，陪伴生命受限的孩子與家庭，在有限之中看見無限的價值；陳彥霖系友從成大醫院安寧病房走進居家與社區，甚至以頌鉢音療延伸護理的溫度；孫意雯與劉喜佳兩位系友，則在成大醫院的安寧病房與居家照護現場，日日以舒適護理與細膩陪伴，實踐著對生命尊嚴的守護。

這些故事讓我再次確認，護理從來不只是技術的傳遞，而是一場又一場人與人之間的相遇與陪伴。安寧療護尤其如此——它提醒我們，即使醫療有其極限，愛與尊重卻沒有邊界；即使無法延長生命的長度，仍能守護生命最後的品質與尊嚴。這正是成大護理教育一路以來，期盼留在每一位系友心中的信念，也是我們選擇以此為題，獻給所有系友的初衷。

回顧這學期，系友會持續透過線上講座與各區系友聚會，搭起系友之間互相支持、互相看見的橋樑。從「從臨床到董事桌」的經驗分享，到即將登場的「起飛、落地、生根」美國求學求職分享，以及北區、中區系友聚會的熱烈迴響，每一場相聚都讓我們看見，無論系友們身在臨床、學界、企業或人生的哪個階段，那份成大護理人共同的關懷與韌性，始終未曾改變。也要在此恭喜多位系友與師長，在今年榮獲各項專業獎項的肯定，這是屬於整個成大護理大家庭的光榮。

願我們都能記得，無論走到哪個崗位，都不忘記那份「以人為本」的初心，在自己的位置上，成為他人生命中的一道光。祝福每一位系友平安喜樂。

理事長 **李歡芳** 謹誌





在受苦之處，學會成為一道光~~我的安寧療護之路

賴維淑 副教授 碩88級/博93級

護理真正要回應的，從來不只是疾病，而是疾病中的那個人

回望自己走進護理、走入安寧療護，也走上護理教育這條路，我愈來愈深刻地體會到，護理從來不只是知識與技術的累積，而是一場生命對生命的學習。這份學習，不只發生在課堂，不只存在於醫院，也不只屬於專業訓練的範疇；它更常常發生在人最脆弱、最無助、最靠近受苦的時刻。也正是在那些時刻，我一再被提醒：護理真正要回應的，從來不只是疾病，而是疾病之中的那個人。

教學是一時的，但老師活出來的樣子，會長久留在學生心中

我始終感恩自己在成大護理的養成與任教歷程中，受到許多師長的言教身教與人文薰陶。她們帶給我的，不只是專業知識，更是一種面對生命的態度。她們讓我明白，教育不只是知識的傳遞，更是價值觀的形塑、人格的陶養，以及一個人如何慢慢長成自己所相信的模樣。也因此，我一直相信，教學是一時的，但影響卻是長久的；課程也許會結束，然而老師活出來的樣子，往往會長久留在學生心中，甚至成為他日後面對病人時的一種選擇。

從人的受苦，看見專業的局限，也看見自己不能推卸的責任

安寧療護帶給我最深的體悟，是從人的受苦，看見專業的局限與責任。臨床上，我們熟悉疾病進程、症狀控制、醫療處置與各種評估工具，也努力以專業減輕病人的不適；然而，當一個人真正來到生命艱難的邊界時，他所承受的往往不只是身體的痛，還有失去的無力、放不下家人的牽念、尊嚴漸失的惶惑，以及對死亡未知的幽微不安。這些痛苦，並不總能被儀器測得，也不一定能被量表完整描述。那時我才慢慢明白，再完整的專業，也有難以觸及之處；而正因為看見這份侷限，我們才更應該承擔起責任，學習以更謙卑的姿態去靠近、理解與陪伴。





真正的專業，不是急著解釋生命，而是虛心向病人、受苦與死亡學習

這些年來，我愈來愈相信，真正的專業，不是站在高處解釋生命，而是願意放下專業的盲點，虛心向病人、向受苦、向生命，也向死亡學習。很多時候，病人才是我的老師。他們教會我，什麼叫做疼痛不只是生理症狀，也可能是尊嚴受損的苦；什麼叫做害怕，不只是對死亡的恐懼，也可能是對家人放不下的牽掛；什麼叫做善終，也不是抽象的理念，而可能只是一場被溫柔對待的翻身、口乾時及時的一點濕潤、一段不被打擾的安靜陪伴，或一句真誠而不逃避的回應。安寧療護讓我知道，照護的深度，往往不在於我們知道多少，而在於我們願意靠近多少、理解多少，又願意承擔多少。

學生真正帶得走的，不只是知識與技術，而是看見人的能力

這樣的體會，也深深影響了我的教學。我常常問自己：學生真正帶得走的是什麼？知識當然重要，技術當然必要，但如果一位護理學生進入臨床之後，無法看見病人作為一個人的苦，無法在忙碌之中仍保有感受與反思，無法理解自己與病人相遇時所承擔的責任，那麼再多的知識，也可能只是停留在表面。因此，我愈來愈重視那些無法僅靠課堂講授而形成的能力：感受力、反思力、溝通的溫度、照護的分寸，以及對人的尊重。

護理不是把事情做完，而是反覆追問：我是否真正減輕了他的痛苦

我始終相信，護理不是只有把事情做完，而是要不斷追問：我此刻所做的，是否真能減輕這個人的痛苦？我是否只是依循流程完成工作，還是真正看見他此刻的需要？我是否太快用「專業判斷」蓋過了病人的感受，卻忘了照護的起點~~先把對方當作一個人來理解？因此，我努力讓自己不只學會操作，更學會感受；不只學會處理問題，更學會靠近一個人的處境；不只學會成為會做事的人，更學會成為值得病人信任的人。因為我深知，教學者本身就是教材，學生記得的往往不只是老師說過什麼，而是老師如何對待人。

護理是人對人、生命對生命的相互影響

一路走來，我也愈來愈清楚自己對護理的期待：我盼望自己不只是傳授知識的人，更能成為點燃學生內在光亮的人。我希望他們從護理中學到的，不只是如何評估、如何處置、如何完成任務，更是如何在面對脆弱生命時，仍願意選擇溫柔、誠實、勇敢地站在那裡。因為護理是人對人、生命對生命的相互影響，而真正深遠的教育，也從來不只是教會學生怎麼做，而是引導他們思考，自己想成為一個怎樣的護理人。





我們雖無法改變疾病歷程，卻可以改變一個人如何經驗這段歷程

在安寧療護的路上，我常提醒自己，要把自己活成一道光。這道光，不是完美，也不是總能解決所有問題；而是在他人受苦、徬徨、無助的時候，仍願意成為黑暗中的微光，陪伴並照亮他最幽暗的一段路。我們雖無法改變疾病的歷程，卻能改變一個人經歷這段歷程時的感受與意義；我們也許無法阻止死亡來臨，卻可以讓一個人在走向生命終點時，不是被冰冷地推向結束，而是在理解、尊重、陪伴與愛之中，被溫柔承接。

用生命影響生命，不是抒情，而是護理對人最深的承諾

我始終相信，用生命影響生命，不是一句抒情的話，而是一種專業的召喚。它提醒我，護理真正的力量，往往不是來自多麼驚人的技術，而是來自一個人願意如何存在於另一個人的苦難之中。願意不逃避、不冷漠、不急著下結論；願意在制度、時間與現實限制之間，仍盡力守住人的價值；願意在專業的有限裡，依然不放棄溫柔與盼望。這樣的影響也許安靜，卻很深遠。它可能是一位學生因此重新理解護理的意義，也可能是一位病人在生命最後一段路上，感受到自己仍被珍惜、仍有尊嚴、仍值得被溫柔以待。

從人的需要看見自己的責任，從有限中活出深刻

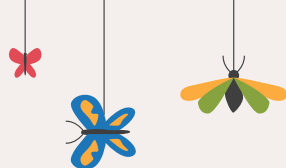
未來，我仍期許自己繼續走在這條路上，讓安寧療護不只是專業領域，更成為我願意活出來的生命信念。也期許自己在每一次與病人、家屬、學生的相遇中，都不忘回到初心：從人的需要上看見自己的責任，從人的受苦中學習謙卑，從有限中活出深刻，從照護中見證生命。若問我，護理帶給我最深的學習是什麼，我想，那就是：在生命最脆弱的地方，仍然相信溫柔有力量；在苦難中不失去盼望；在破碎中長出韌性；在專業有限之中，仍然努力把自己活成一道光。

賴維淑 老師

【現任】

國立成功大學護理學系 副教授





在曲徑中綻放：與安寧緩和療護的相遇與同行

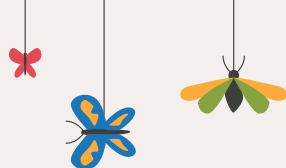
踏入安寧緩和療護領域似是不經意間的恰巧，卻又隱隱帶著命中注定的意味。

如我一般在民國90年前後畢業於成大護理系的學生，應無人不曾被趙可式老師對安寧緩和的信念與熱忱深深感動。那時候懵懵懂懂覺得認同這樣的理念，也嚮往老師以台灣安寧為己任的願景；然而那幾年並沒有開放安寧緩和病房的實習，畢業後也血氣方剛地選擇挑戰節奏急促的傳統急重症單位，以致安寧緩和這個概念在職涯初期，僅止於遙遠的背景。多年後回望，才發現當時其實悄然種下了微小的種子；在往後的歷程中，被斷續灌溉、默默滋養，終在適當的時候得以緩緩茁壯。

大學畢業後，我如願在台北榮總腫瘤科暨血液腫瘤科病房服務—那真的是護理師必須有三頭六臂的地方。常規的輸血、化療、腫瘤傷口、骨髓穿刺、各式導管與機器，不時的急救、呼吸器、病危通知，那時維持病人(還有自己)「活著」已經讓人筋疲力竭。或許只有在病人心跳停止的那刻，護理師才有短暫的停歇，看著急救過後狼藉的病房、聲嘶力竭的家屬，想著這樣的生命終點，究竟意味著什麼？然而，思緒無法停留太久，眼前還有數名危急病人等待處置，只能迅速轉身，投入下一輪無止境的例行與搶救。當時北榮的安寧病房已成立約10年，不過還是有許多末期病人在急性病房歷經艱辛地走完最後一程。彼時夜班人力嚴重不足，大夜班一個人需照顧二十餘床；夜深人靜時，我總反覆確認病人是否有簽署不施行心肺復甦術(DNR)，或曾經表達相關意願？深怕夜半突發事件時無所依循。可惜當時安寧緩和的資源與普及都還在拓展，未明確表達意願，或家屬與醫療團隊意見分歧，幾乎是常態，也成為夜班最沉重的壓力源。安寧緩和，在當時一線腫瘤護理師的我眼中，是愛莫能助、鞭長莫及的區域。

數年後，出了國進修，先後在美國Johns Hopkins Hospital (JHH) 與Indiana University (IU) 醫療體系實習與工作。持續深耕腫瘤照護領域，尤其是末期癌症族群，使我得以一窺世界頂尖的醫療機構在安寧緩和療護的實際運作—這個經驗既豐富又衝擊。JHH常年為全美排名前五的醫療機構，不管是在硬體規模或者軟體實力，如研究創新、龐大的跨領域團隊等方面，都令人大開眼界。

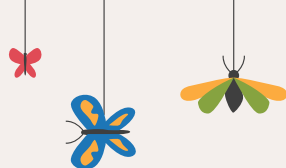




IU則是中西部最大的醫療體系之一，其深入社區與在地醫療機構合作，推動幅員廣闊的社區安寧緩和照護。或許因為深度落實以個人為中心的照護(patient-centered care)，美國的醫療團隊極力保護病人自主，更全力維護、賦能其個人自我照護及決策能力。從加護病房開始，就鼓勵病人自己推著移動式呼吸器下床活動；病情討論乃至安寧決策都盡量直接與病人討論，若是覺得家屬違反病人意願，甚至可能由醫院出面訴請司法介入。而在社區，常見老人家自己開著電動輪椅、載著氧氣鋼瓶採購。然而，另一方面，所有的優良照護與支持，都建立在一個前提：足夠的醫療支出或完善的保險。在一些人獲得頂尖照護的同時，有更多人因為經濟毒性(financial toxicity)墮入深淵。在這裡，醫療及緩和照護，並非全然平等。這個時期，由於研究聚焦末期溝通與照護，緩和療護對我而言，似乎不再只是「背景」，而是逐漸成為交織其中的重要場域與核心議題。

在國外近十年後，我返台任教，並因緣際會於台大安寧緩和病房開設實習課程，隨後擔任安寧緩和護理團隊督導，進而參與臨床、制度、研究的規劃。至此，大學時期播下的種子、工作及研究所階段萌發的嫩芽，終於開花並結了些許果實。對新進教師而言，能選擇理想的實習場域並非易事。臨床人力、合作模式與制度因素交織，多數情況下難以完全契合個人專長與研究方向。我很幸運，因當時的胡文郁教授接任護理系/護理部主任一職，得以接續前輩深耕已久的安寧緩和病房。闊別台灣臨床十年，我非常驚喜地發現，在眾多專家與臨床夥伴的努力下，台灣的緩和療護已在質與量上皆有顯著提升。相較於整體醫療環境的壓力與困境，緩和照護反而展現出台灣的韌性與影響力。自2000年《安寧緩和醫療條例》立法以來，短短數十年間，台灣已成為全球少數法制成熟、發展完善的國家之一，在多項國際評比，例如「安寧緩和醫療發展」與「死亡品質」中，名列前茅。回到病房第一線，更能看到完善體系的順暢運作，以及仍然在瘋狂成長的需求。





每個學期，我都對來緩和病房實習的同學說：「來這裡，是一種特權」，這種特權讓你回歸護理的本質、思考醫療的初衷、參與生命中最重要時刻。曾經有同學跟我分享，他在急重症病房實習完後覺得迷失了自我：快速的出入院、繁雜的醫療程序、數十種的藥物及各種儀器與術式，但是護理在哪裡呢？連問個病史都時間緊迫，遑論身心靈的全人照護；直到他來到安寧緩和病房。當醫療儀器及管路都盡量去除、當藥物及侵入性治療都慎重精簡，你不再專注於協助「治癒」，而有餘裕聚焦「照護」，護理獨特的價值由此更加清晰。帶領學生進入安寧緩和病房，至今邁入第八年，不禁思考，在前輩奠定的深厚基礎上，我們的下一步願景是什麼？在臺大醫療體系摸索、深耕了數年後，我有幸見證一個合作緊密且充滿創造力的團隊逐漸成形：具備臨床洞察的新世代護理人員、願意支持創新的護理管理者，以及重視跨專業合作的醫療夥伴。我們共同成立INSPIRE中心(Integration of Supportive, Palliative, and Innovative Research & Education Center)，作為推動創新的平台，致力於發展症狀處理策略、具象化緩和照護成果、建構本土化量表、建立跨領域照護模式，甚至開展新的護理理論。這個「從臨床長出研究，再將研究轉譯於臨床」的過程，意義非凡；也讓人在畢業超過30年後，稍微覺得可以整合所學、推動影響。

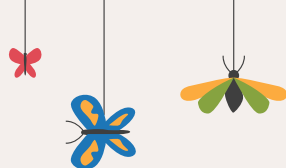
歷經時間的沉澱、跨領域的探索與半個地球的遷徙，我終於在安寧緩和療護中，找到護理職涯的定位與著力點。確立值得投入的人生或職涯方向，是重要的里程碑。年輕時，我們總急於釐清未來；但或許，意外也好，命定也罷，有時曲徑反而通幽。正因為走過不同場域與角色，累積了多層次的經驗，當最終專注於一隅時，才能同時擁有厚實的哲學脈絡與開展創新的彈性視野。

護理94 唐嘉君

台灣大學醫學院護理學系 副教授

台灣大學附設醫院 護理督導





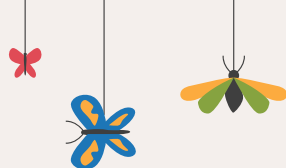
從生命受限的兒童，看見無限生命的價值

仰望星空，人便會在靜默中體悟自身的渺小；而當死亡臨近，更讓人心生敬畏，感受到一種近乎神聖的存在。對護理人而言，這份面對生命終章的震撼，並非恐懼，而是一種毋須言語的謙卑，也是一種深刻的提醒，提醒我們在生命的無垠與不可逆之中，所能做的是如何溫柔而堅定地與他人同行。

最深刻的學習，來自與生命受限的兒童及其家庭的相遇

在投入兒童安寧緩和療護的歷程中，那些關於疾病、失落、希望與愛的故事，不僅深深影響著我，也重新定義了我對護理專業的理解。研究所期間，我陪伴嚴重腦損傷病童及其家庭，共同面對生命末期醫療決策的艱難歷程。這些孩子往往需要仰賴人工呼吸器、透析等維生醫療存活，而父母則必須在極大的痛苦與不確定中，思索什麼才是真正符合孩子利益的選擇。我曾見證父母從期待奇蹟、拒絕放手，到逐漸理解孩子已經不是真正的「在」的過程；也看見他們在愛與不捨之間反覆拉扯。一位母親始終握著女兒的手，不斷地說著：「等妳醒來，我們就回家。」即使知道醫療無法改變疾病的進程，她仍努力為孩子守住最後一絲希望。另一段令我難忘的經驗，是陪伴一位伊斯蘭教母親走過喪子歷程。從她的信仰實踐、死亡儀式到悲傷表達，我開始理解不同文化對生命、苦難與死亡有著截然不同的詮釋。然而，無論文化背景如何不同，不變的是父母對孩子無條件的愛，以及希望孩子能免於痛苦的心願。也正因如此，我逐漸明白，安寧緩和療護不只是症狀控制或臨終照護，而是在家庭最脆弱的時刻，陪伴他們在失落中看見愛，在告別中尋找意義，在有限的生命裡感受無限的價值。





安寧緩和療護並非等待死亡來臨，而是盡可能正常地生活

這些臨床經驗也讓我開始思考：若希望改善生命受限兒童的照護品質，除了個別病人的照護之外，是否還能從制度與政策層面做出改變？帶著這樣的疑問，我於2019年獲得臺英創新產業研究人員移地研究計畫補助，前往英國約克大學（University of York）跟著Lorna Fraser教授進行移地研究，探討英國兒童安寧療護模式。期間，我走訪兒童安寧機構、研究中心、慈善組織與醫療網絡，觀察兒童安寧緩和療護如何從醫院延伸至家庭與社區。在英國，我深刻感受到兒童安寧緩和療護並非單純的醫療服務，而是一個由政策、社區、教育、慈善資源與跨專業團隊共同支撐的照護系統。最令我印象深刻的是，照護團隊不只關心症狀控制，更重視孩子能否持續上學、維持人際關係與家庭生活，並獲得符合其發展需求的支持。那段經歷讓我重新思考安寧緩和療護的意義，它並非等待死亡來臨，而是在疾病歷程中，陪伴孩子與家庭盡可能地生活、學習、成長；不是只關注生命的終點，而是珍惜生命尚未結束之前的每一天。

承載著成大師長們一路以來的教導與期許

多年來，我持續關注兒童安寧緩和療護如何改善生命受限兒童的照護品質，也開始思索如何為長期承受壓力的病童母親與專業人員建立更完善且永續的支持系統。我發現，許多家庭面對的挑戰並非只出現在生命最後階段，而是從疾病確診開始，便持續穿梭於家庭、學校、社區、醫院、長期照護及安寧療護等不同場域之間。而這些研究關懷的背後，其實深深承載著成大師長們一路以來的教導與期許。在這條道路上，趙可式名譽教授是我投入安寧緩和療護領域的重要啟蒙者。她帶領我看見生命照護的深度與廣度，使我明白「善生」、「善別」、「善終」都是環環相扣的重要課題，讓生死兩無憾，是在每一次照護中不斷實踐的核心價值。





而支撐我一路走到今天的，除了臨床與研究經驗，更是恩師黃美智特聘教授多年來的教導。她讓我理解，安寧緩和療護從來不是奪走希望，而是陪伴家庭共創希望，有時希望可能是疾病好轉，也可能是孩子能回到學校一天、與家人完成一次旅行，甚至是在生命最後階段獲得平安與舒適。從大專生研究計畫、碩博士訓練到成為護理教師，她不僅奠定了我的研究基礎，更讓我學會一件極其重要的事：當面對環境的限制與無能為力時，仍能保持人性的溫度，並找到自己可以持續努力的位置。

在有限生命中，看見無限價值

如今，身處臨床、研究與教學交織的忙碌工作中，我仍時常想起在成功大學護理學系求學的歲月。那些來自師長的身教、言教與境教，那些在研究室、教室與臨床場域中與生命相遇的經驗，早已悄然形塑我對護理教育與生命照護的理解。它們不僅引領我認識自己，也成為我投入安寧緩和療護最深層的根基。

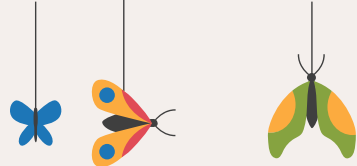
謹以最誠摯的心，感謝成功大學護理學系的栽培。未來，我將持續深耕兒童安寧緩和療護，期盼將這份來自母校的溫暖與力量繼續傳遞下去，陪伴更多孩子與家庭，在有限的生命中，看見無限的價值。

林室均

學102級/碩104級/博106級

高學醫學大學護理學系 助理教授





在陪伴中看見生命的價值—— 從臨床安寧到社區安寧的職涯之路

撰文 | 陳彥霖（霖霖護理師）



一、從成大護理研究所到安寧病房的啟蒙

我畢業於成功大學護理研究所。在求學過程中，成大不只教我們專業知識與技術，更強調思考能力與人文關懷。老師們常提醒我們，護理不只是完成醫療工作，而是要真正看見病人的需求與生命的價值。這樣的教育，讓我慢慢理解，護理是一門結合專業與人性的學問。

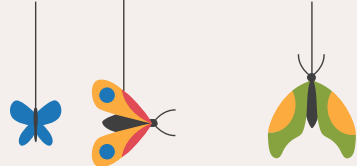
畢業後，我的第一份工作就在成大醫院安寧病房。其實在填志願時，我只選擇了內科作為第一志願，並沒有特別規劃進入安寧病房。對於一位應屆畢業生而言，能夠進入安寧病房並不常見，因為這個單位需要較成熟的臨床判斷與心理承受能力。然而當年因為人力短缺，督導在整體人力配置考量下，從應屆畢業生中選擇兩位進入安寧病房，而我正是其中之一。這個安排讓我既意外也有些不安，因為我的父親就在我進入職場前三年往生的，那些照護經驗還歷歷在目，因此每照顧到類似情境時，我的眼眶都會不禁泛淚。

二、初進安寧病房的心路歷程

剛進入安寧病房時，我的內心充滿緊張與不安。因為在一般醫療體系中，我們習慣的是治療、搶救、讓病人康復，但在安寧病房，我慢慢理解到，護理人員除了需要照顧個案生理需求，更是生命終點最需要被信賴的安心陪伴者。

我記得剛在醫院服務的第四個月，有一次我準備送走一位個案，內心開始浮現自責與懷疑，擔心是不是因為自己照顧得不好而害了他。就在那時，家屬對我說：「感謝你今天上班，觀音護士，我想我先生是在等你來，因為他常常叫著觀音護士、觀音護士，剛好前幾天你都放假，大哥因為信任你，所以選擇在你的班圓滿，謝謝你。」





那一刻，我的眼眶泛淚。原來，陪伴與信任是如此的重要，護理的溫度能安撫病人的心，也安慰家屬的情緒。從此之後我就再也不害怕個案往生了。

同時，我也非常感謝當年的**邱智鈴護理長**（現任台灣安寧緩和護理學會理事長）、梁惠茹學姐、黃秋華學姐的指導與陪伴。正是她們的鼓勵與示範，讓我能夠逐漸走出自我懷疑，真正愛上安寧療護這份工作。

三、安寧療護，是一種對生命的態度

在安寧病房工作的日子裡，我發現病人與家屬真正需要的，往往不是更多的醫療處置，而是一份被理解與尊重的感受。

有些病人需要有人聽他說話，有些家屬需要有人陪他承受悲傷，而有些護理人員其實也需要被支持與理解。安寧療護並不只是醫療科別，它是一種生命照護理念，重視尊嚴、陪伴、傾聽、同理與善終。

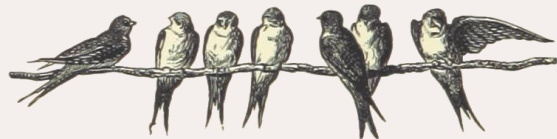
我自己的父親就是因為肺癌末期而往生，當時的我還不是準護理師，而是一位學生，根本還沒有經歷內外科實習，我只知道父親的離開讓我很痛苦，因為他在最後一刻讓我感到死亡怎麼來得如此突然與錯愕，我有很多的遺憾沒有做到。如今我是一位有專業的安寧護理師，我希望每一位即將面對臨終的病人和家屬，我都能盡可能的幫助他們好好圓滿心願，陪伴他們走完這優美的最後一哩路。

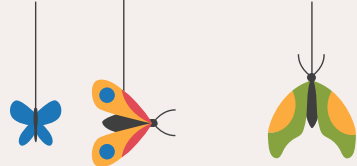
在安寧病房裡，我也看見許多不同生命的樣貌。

我記得曾經照顧過一位年紀與我差不多的病患，年僅18歲。當時的他已住進安寧病房，面對疾病末期，內心充滿恐慌，但他仍然平靜地告訴我，他在學生時期曾經去過許多國家當志工。或許他的生命無法再繼續陪伴媽媽走下去，但他希望自己的身體、自己的故事，可以幫助更多年輕人懂得珍惜生命、珍惜時間。

他教會我們，原來生命的價值，不在於長短，而在於是否曾經用心活過。

我也曾照顧過幼兒，因為先天性疾病，一出生就在加護病房生活，經歷了長時間的積極治療，但後續已無法再改善。最後，在家人與醫師的共同討論下，決定撤除管路，轉入安寧病房。





那是一段非常沉重但卻也讓我感動的過程。當治療已經無法改變身體時，家人選擇讓孩子在沒有過多侵入性治療的狀態下，好好被抱著、被陪著，安靜地走完生命的最後一段路。

這些經歷讓我體會到，安寧療護不是放棄，而是用另一種方式守護生命。

生命有很多不同的樣貌。有人走得安穩，真的像睡著一般；有人因為突發的大出血而突然離開；也有人還來不及經歷人生，就提早告別世界。

在安寧病房裡，它教會我的不只是面對死亡，更是學習生命的珍貴。也讓我懂得，在每一分每一秒，都要珍惜可以幫助他人的機會。

我也曾陪伴孩子做遊戲治療，協助無數家屬完成心願或圓夢計畫。對我而言，這些都是安寧照護的實踐，也是護理工作中最有溫度的區塊。

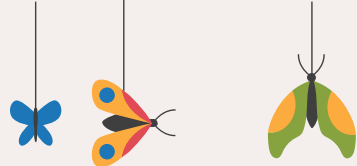
四、從醫院走向社區，讓安寧走進生活

在臨床工作一段時間後，我開始思考：安寧療護是否只能存在醫院裡？因為我常接到親友的訊息或來電有關安寧照護的諮詢，才意識到，有些需要安寧照護的人，其實是在家庭生活與社區當中。

於是，我走向**居家護理與社區安寧領域**，希望將安寧理念帶進更多人的生活。在社區照護過程中，我接觸到長照機構的長輩、居家病人、失智症患者與家庭照顧者，也看見更多真實生命的樣貌。有些家庭承受長期照護壓力，有些長輩因疾病不安，而照顧者日復一日的疲憊，也讓我理解，安寧療護不只是生命末期的照顧，更是一種**全人的支持**。

安寧可以出現在家庭、社區、長照機構，甚至日常生活中。當安寧走出病房，它就成為陪伴生命的一股力量。





五、聲音療癒與頌鉢——另一種陪伴方式

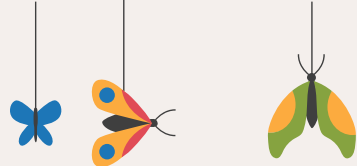
在長期照護與安寧工作中，我逐漸發現，很多時候口語表達確實有一定的限制。當個案焦慮、家屬悲傷、或個案無法言語表達時，光靠言語是無法完全幫助他們的。

因此，我開始接觸**聲音療癒與頌鉢音療**。頌鉢的聲音並非直接治療疾病，而是讓身心放鬆，情緒沉澱，透過音頻來改變身體，讓生命在聲音中找到安定的頻率。原來，**聲音療癒與頌鉢應用**早已在歐美國家部分醫療院所與照護機構中運，因此，這也讓我更確信，護理專業可以結合聲音療癒，帶給他們另一種非藥物治療的方式。

我記得有一位長輩，長期被頭痛困擾了二十多年，幾乎每天都活在疼痛之中。當我開始每天為他敲頌鉢時，一開始他只是靜靜地聽，慢慢地，他的身體開始放鬆，呼吸變得穩定，頭痛發作的次數也逐漸減少。某一天，他告訴我：「好像比較不痛了，也比較能睡了。」那一刻，我突然明白，當語言不再重要時，聲音就成為一種最安靜、卻最深層的陪伴與溝通。

目前，我也以**志工的身分在安寧病房**，為臨終患者及家屬做頌鉢療癒。對我而言，這個工作場域非常熟悉，我了解病人的疾病歷程、用藥以及疾病帶來的痛苦，因此，我希望結合護理專業與頌鉢療癒，幫助更多人。過去我是以安寧護理師的身份進行照護，如今我則以頌鉢護理師的角色繼續服務，為病人與家屬帶來安慰與支持。





六、讓安寧療護成為社會的一種力量

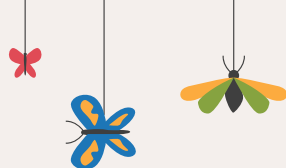
一路走來，我慢慢相信，安寧療護其實不是在陪伴死亡，而是在陪伴生命走向圓滿。從醫院到社區，從臨床護理到聲音療癒，每一步都讓我更確定一件事——護理不只是技術，而是一種用專業去陪伴、去守護、去理解他人的力量。

未來，我仍會持續走在社區安寧、長期照護與生命教育的路上，讓更多人理解安寧療護其實離我們很近。它可以在醫院裡，也可以在家庭中，更可以存在於我們對待每一個人的溫柔與同理之中。

如果要對學弟妹與系友說一句話，我想說的是：安寧療護並不是一個悲傷的科別，而是一份充滿溫度與安定力量的專業。它讓我們學會陪伴，也讓我們學會看見生命真正重要的樣子。

而我，也會持續用「霖霖頌鉢護理師」這個角色，分享安寧照護、生命教育與聲音療癒的故事，希望在忙碌與壓力之中，能陪伴更多護理人員與照顧者找到一點安靜、一點力量，也找到繼續走下去的勇氣。





安寧居家照護

細想安寧的種子何時悄然種植於心中，一路回朔至學生時期。五專期間選修安寧療護課程，老師於課堂分享照護末期病人故事，照護過程了解病人餘生期待，並在能力所及之處協助其圓夢計畫，於其中引導道謝、道愛、道歉、道別，讓我心中不禁讚嘆：「護理原來可以如此美！」。

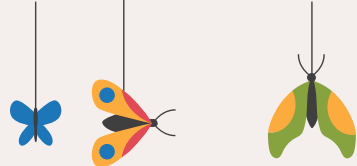
學生時期的我，對於護理仍處於懵懂，尚未形塑明確的價值觀與信念，但課堂上安寧療護的啟蒙，讓我心中除了感動，更重要的是點燃對護理的熱忱，對著自己說：「這就是我要做的護理！」，同時奠定我個人的護理信念：「以人為本」而安寧療護正是我想投入的領域！

畢業後即至成大醫院服務，因著緣分，我的第一個工作單位即是安寧病房，對於從護生轉換至護理師的角色，且每天所面臨的人事物離死亡好近好近，讓我逼得自己須加快腳步學習安寧照護知識，也因著照護建立的親善關係，對於即將平安的病人一方面我內心充滿不捨、難過；另一方面又矛盾希望病人能解脫苦痛軀體。這樣的拉扯，使我不斷思考著：病人該如何得以善終？而身為照護者的我又該如何與其善別？安寧帶給我的第一份禮物：透過回應病人的需求，讓我看見自己的責任。

哲學家尼采曾說過：唯有參透「為何」，才能迎接「任何」。對於內心的疑問，書中自有黃金屋，從知識尋求答案，安寧療護最為重要的是「症狀控制」，唯有病人的生理問題解決了，才有辦法進一步窺見其心理狀態。然而，學理知識固然重要，但要實際應用於病人身上更是一門藝術。

因此，進一步參加安寧緩和護理學會所辦理的初階、進階課程及臨床實務學習，奠定安寧緩和護理專業；於此過程讓我深刻習得舒適護理重要性，透過親力親為舒適照護：翻身擺位、床上洗頭、床上擦澡、口腔護理、腹脹及便秘護理、美手美足護理等，因應人類最基本的需求，從細節完善其尊嚴，且透過舒適護理，讓照護得以昇華。安寧帶給我的第二份禮物：做中學、學中悟；落實舒適照護，展現自身存在的價值。





安寧療護五全照顧：全人、全家、全隊、全程、全社區，安寧不僅止於病房，更延伸至熟悉的家中。隨著在安寧病房累積的照護經驗，接續至安寧居家學習更深厚的安寧照護。研究顯示，大多數人偏好善終地點為自家熟悉環境，但主要照護者的意願與期待，往往成為病人能否如願的重要關鍵。照護者面對病人症狀的不確定性、不知該如何因應處理的龐大照護壓力，安寧居家護理師於此之中是很重要的角色，「幽谷伴行」不單只是陪伴，其中更須具備專業知識、學問與技能，透過了解病人疾病治療經過、以舒適護理建立親善關係、評估目前生理問題以進行症狀緩解，並須預判未來可能面臨狀況，及早衛教家屬因應措施。

於安寧居家照護過程，發現每個家庭都有其各自特色、沒有一套相同的生命故事，踏入許多家庭窺探其所需，並與病人、家屬一起走過這段生命歷程。安寧帶給我的第三份禮物：生命引領並教導著生命，安寧療護賦予我意義感與成就感。

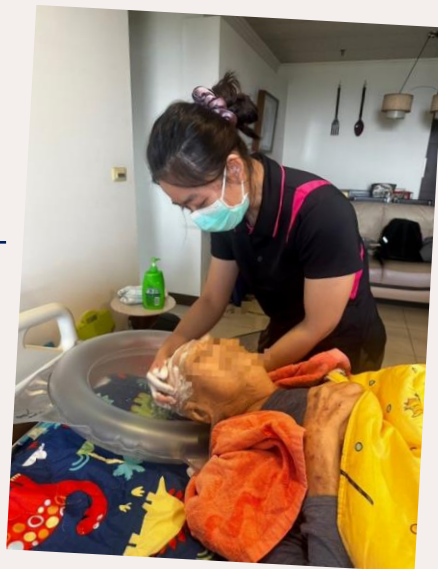
生命教育之傳承極為重要，除臨床照護病人之外，亦參與教導新進人員、緩和護理學會會員之舒適護理，舒適護理不該僅侷限於安寧護理師，而是須普及至全體，深信舒適護理是護理人員照護基本功，是護理的根！

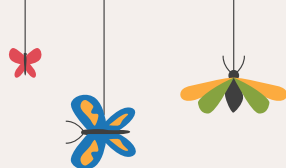
面對疾病無法治癒的病人，縱使醫療有所限制，但照護仍不應止步，透過安寧療護價值的體現，讓病人獲得最大的舒適，不刻意縮短或延長其生命，讓生命自然的、好好的活到最後一刻。

於我而言，將繼續堅定地走在安寧療護這條漫漫長路上。

孫意雯

成大醫院安寧緩和共同照護中心
安寧居家護理師





安寧病房照護

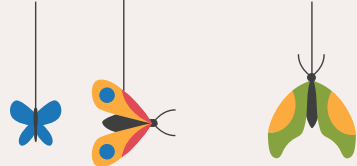
《聖經》中，羅馬12章15節「與哀哭的人同哀哭，與喜樂的人同喜樂」願我的工作，能給予他人祝福。

護理包括醫學學理、技術能力、緊急情況之應變，以及透過每日在側的細緻評估，進而給予的個別性照顧、傾聽、支持及安撫。如果能透過自身的知識、技能和信念，幫助到那些正在病痛受苦的人，那便是我投入護理工作的最大使命了！

安寧病房並非我的第一個護理職場，過往我服務在感染科病房，雖說是感染科，但其實是綜合內科大雜燴，需要應對各式感染症型態，還有多重共病導致的內科症狀，以及血液腫瘤科病人所需的化療處置，從工作過程的訓練和學習，漸漸累積成醫學知識以及護理照護專業能力，然而，這一切當然不是都順順利利，急性病房固有的緊急步調、重症情境，所謂的成長是跌跌撞撞，是在每一個挫折、焦慮和壓力中學習，選擇再次穩住自己，從錯誤中越發進步，儘管臨床工作充滿不容易，但每每看見病人平安出院，或是得到病人的正向回饋，便是我成就感的來源，身為醫療人員，能參與在病人及其家人的一小段生命歷程中，是其他職業無法觸及的，獨特、重要且具有影響力，我想這也是支持我成為護理師到如今的核心理由，也因為如此重要，我開始計劃努力進入到碩士學習，以增進自己的能力。

初入碩士班時，需要先想好自己接下來兩年要研究的主題領域，以此選擇適合的指導教授，回顧自己過往的工作，真的令我震撼、印象深刻，甚至是仍然歷歷在目的，反倒不是有關感染急重症的應對處置，而是與疾病末期的病人或家屬討論後續醫療計劃的過程，可能是簽署DNR；可能是與家屬解釋說明臨終症狀以及對應的醫療處置，並且陪伴他們向最珍貴的家人四道。

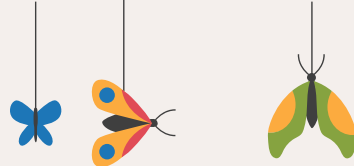




我記得一位罕病的17歲少年，因為淋巴瘤入院治療，最終嚴重感染併發症而急救，他的哥哥當下崩潰蹲坐在地上，隨後不到一週少年在加護病房離逝；我也記得一位癌末的大叔，已經無法再消化管灌的營養品，但仍然想要活下去，家人詢問是否可等病人昏迷後，再由家人簽屬DNR同意書...這些生命故事皆充滿張力，激起我內心許多的疑惑，人在生命末期會有恐懼、遺憾、不甘，甚至包含對家人的放不下，他們在最後一刻追求的是什麼？但並沒有正確答案，唯獨有的是身為人：病人或家屬，各別擁有的期待、渴望、羈絆與遺憾，當生命走到盡頭、當醫療進入極限、當「療癒」不是痊癒，而是平安時，我自問自己還能為這些受苦的人做什麼？因此，碩士班我決定主修安寧護理，畢業後，再次進入臨床，成大安寧病房。

一路走來，已在成大安寧病房一年多，對我來說如同一場不斷被拆毀，隨後再次被建造的工程專案，包括工作節奏的轉換、護理角色的重塑以及自我生命觀的成長，在此學習安寧護理的意義和深度，判斷臨終症狀、給予症狀處置不再只是為了需要急切地解決內科問題，更多是緩一下、停一下、思考一下，透過個別性評估、舒適照顧及支持陪伴，來守護病人及家屬的期待和平安，而給予一份好的護理計畫往往包含著對一個家庭的尊重。這之中最大的困難，反倒不是面對死亡，而是處理內心的無力感，過往的感染科病房經驗，追求的是「康復」，如今尋求的是「善終、平安」，有時出現的懷疑常會將自己壓的喘不過去，我的能力是否真的能幫助病人和家屬？這聲音已成為必須努力向前的警鐘，而當看著家屬能在平靜中與病人好好告別時，我才明白大到臨床能力技術，小到陪伴傾聽鼓勵，都是專業！雖然我無法延長生命的長度，但我正在投入且參與的，是提升「人」生命末期的品質及尊嚴，他不是「病人」，而是「人」，藉此我非常感謝我能是安寧病房的護理師。





未來有著無限的可能，我期待自己在持續鑽研和培養專業學識之餘，保持一顆願意「謙虛」、「溫暖」的心，看見生命微光中的細節，讀懂人真正的需求，並且接納生命存有痛苦和悲傷，但在安寧病房裡，我們是安全的、有選擇的、不孤單的面對生命最後的餘暉。

願我能成為可以與哀哭的人同哀哭，與喜樂的人同喜樂。



劉喜佳
成大醫院安寧緩和共同照護中心
緣恩病房護理師





線上講座

成功大學護理系友會
115年度線上講座

從臨床到董事桌-經驗分享

日期：115年6月5日(五)
時間：19:30-20:30

主講者：
咪寶產後護理之家
陳人豪 執行長

線上報名 線上講座連結






成功大學護理系友會
115年度線上講座

起飛、落地、生根：
我的美國求學求職路

日期：115年7月24日(五)
時間：21:00-22:00

主講者：
林意純

線上報名 線上講座連結





歡迎報名參加

Coming soon.....





系友聚會

SPECIAL ACTIVITY
VOL. 2026, NO. 1 *NCKU Nursing* 12 MAY 2026

ACTIVITY 國立成功大學護理系
北區系友聚會
IN YOUR OWN STORY

2026.4.11

美味餐點
輕鬆交流
近況分享
職涯交流
系上動態
大合照
好禮抽獎

JOIN US
JOIN US
JOIN US
JOIN US
JOIN US

114北區系友聚會活動

RECONNECT, RELIVE THE MEMORIES, AND CELEBRATE THE JOURNEY WE'VE SHARED

QR CODE

日期：2026/4/11 (週六)
地點：臺北市中正區南陽街26號-奧蘿萊咖啡館
報名請掃QR CODE
曾繳交系友會費者可補助100元餐費

報名網頁：<https://forms.gle/knLFVgfohuu2fGfq5>



國立成功大學護理系系友會

想見你
一起吃個飯吧#想見你只想見你 未來過去
#2026 #中區系友會聚會

活動報名



時間：2026/8/29 (週六) 15:00
地點：離見菊餐廳
地址：408臺中市南屯區新生里五權西路二段1112號
#報名請掃QR CODE #曾繳交系友會費者可補助100元餐費
#餐廳提供全素餐點 #素食者也歡迎參加



中區熱烈報名中

Coming soon.....



- ✿ 方素瓊老師榮任成大護理系系友會第十屆理事長
- ✿ 李歡芳老師、賴維淑老師、高綺吟老師、洪筱瑩老師、陳宜矚老師、張心怡、許芳瑜、呂香瑩系友當選第十屆成大護理系友會理事
- ✿ 陳幸眉老師、賴宜群系友當選第十屆成大護理系友會監事
- ✿ 賴維淑老師榮獲國立成功大學醫學院114學年度教學創新與教學成果創新個人獎優選
- ✿ 高綺吟老師榮獲國立成功大學醫學院114學年度教學創新與教學成果EMI團體獎第三名
- ✿ 洪瑄曼系友榮獲115年台灣社區衛生護理學會優良護理人員卓越獎
- ✿ 沈淑華系友榮獲精神衛生護理貢獻獎
- ✿ 邱慈芸系友榮獲114年台灣專科護理師學會優良專科護理師
- ✿ 邱飄逸系友榮獲115年台灣傑出護理人員獎服務奉獻獎
- ✿ 劉金桂系友榮獲115年桃園市優良暨資深護理人員
- ✿ 潘慧萍系友榮獲115年台灣傑出護理人員獎服務奉獻獎
- ✿ 莊孟蓉系友榮獲財團法人慈月社會福利慈善基金會南丁格爾特殊奉獻銀獎
- ✿ 孫婉娜系友榮獲財團法人慈月社會福利慈善基金會南丁格爾特殊奉獻金獎
- ✿ 張凱玲系友榮獲115年台南市護理師護士公會安營療護著作獎
- ✿ 高綺吟老師榮獲台灣護理教育學會114年度優良護理教師
- ✿ 王霏邠系友榮獲台灣護理教育學會114年度優良護理實習指導教師
- ✿ 楊雅萍系友榮獲台灣護理教育學會114年度優良護理教師
- ✿ 陳曉梅系友榮獲台灣護理教育學會114年度優良護理教師
- ✿ 方素瓊老師榮獲115年台灣傑出護理人員專業貢獻獎
- ✿ 陳幸眉老師榮獲115年台灣傑出護理人員專業貢獻獎
- ✿ 王靜枝老師榮獲國立成功大學特聘教授
- ✿ 王維芳老師榮獲教育部113年度教學實踐研究計畫之「績優計畫」





致謝

感謝各位系友及師長捐款贊助。

未來我們需要您的持續肯定及鼓勵，歡迎您的捐款贊助。

捐款方式：

現金捐款

繳交給系友會幹部或系辦

銀行匯款

銀行：兆豐國際商業銀行府城分行
戶名：財團法人國立成功大學文教基金會
帳號：006-10-165837
※(請提供匯款帳號末5碼)

郵政劃撥

戶名：財團法人國立成功大學文教基金會
帳號：30731565

完成捐款後，請務必掃描QR code，
填寫表單，提供相關資料

感謝您的支持！

